

จะไปกับฉันทไหม



เรื่อง : สุดใจ พรหมเกิด ภาพ : สละ นาคบำรุง

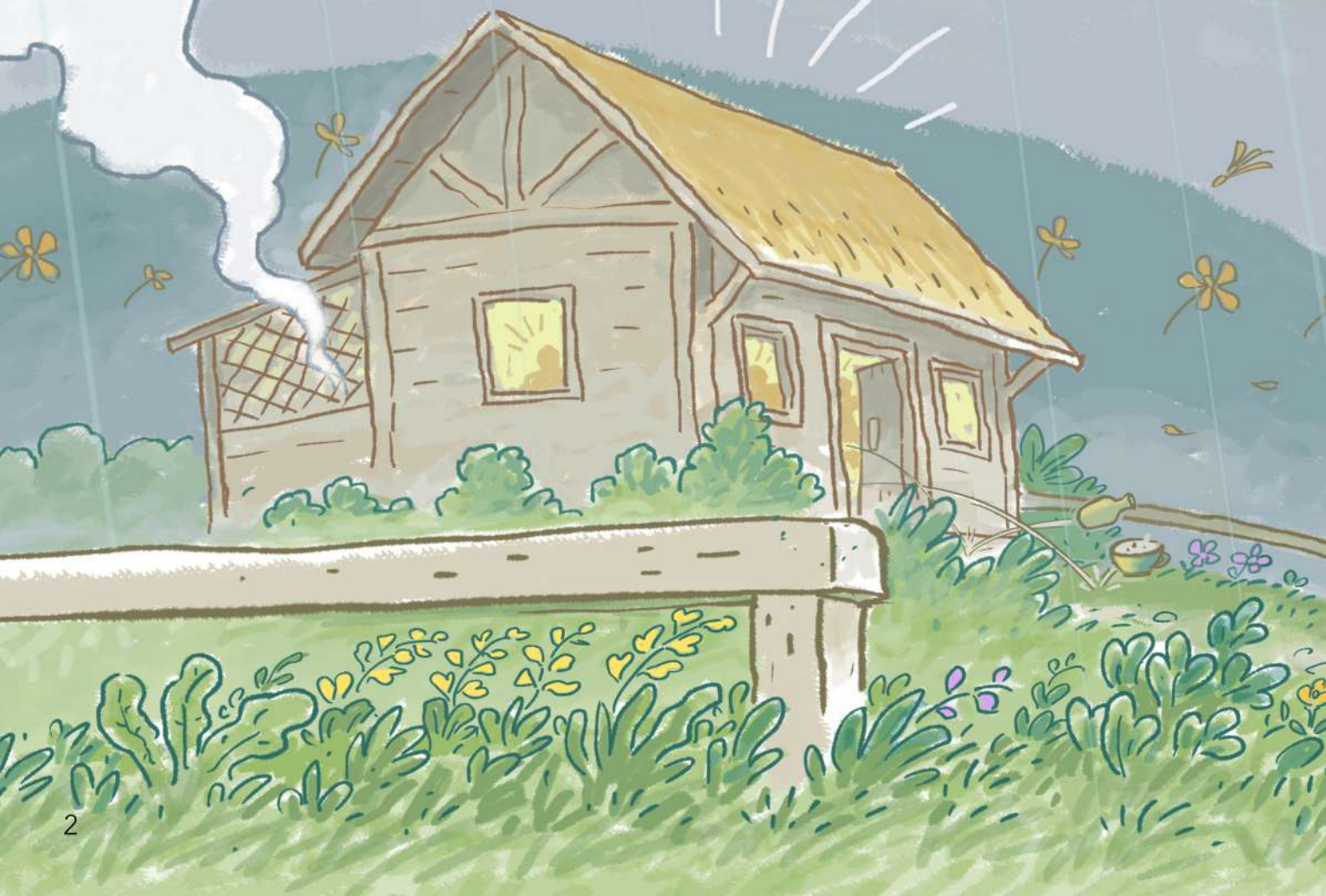
จะไปกับฉันทไหม

เรื่อง : สุดใจ พรหมเกิด

ภาพ : สละ นาคบำรุง



“จะเลี้ยงดั่งทำไม
เดี๋ยวลูกตกใจกลัว”



บ่ายคล้อยแล้ว
ดวงอาทิตย์ยังคงหลบฝน
เข้าไปซ่อนตัวตนในก้อนเมฆ





จะไปกับฉันมั้ย
ไปไหนกันดีล่ะ

ไปตามตะวัน ดวงโตโตที่เราเคยเห็นไกลๆ
เส้นทางนั้น คงจะลำบากน่าดู



เราต้องเตรียมอะไรบ้างนะ
เตรียมใจให้พร้อม ไม่กลัวที่จะเดินทางไกล
ฉันว่า...เราพอจะพร้อมอยู่นะ



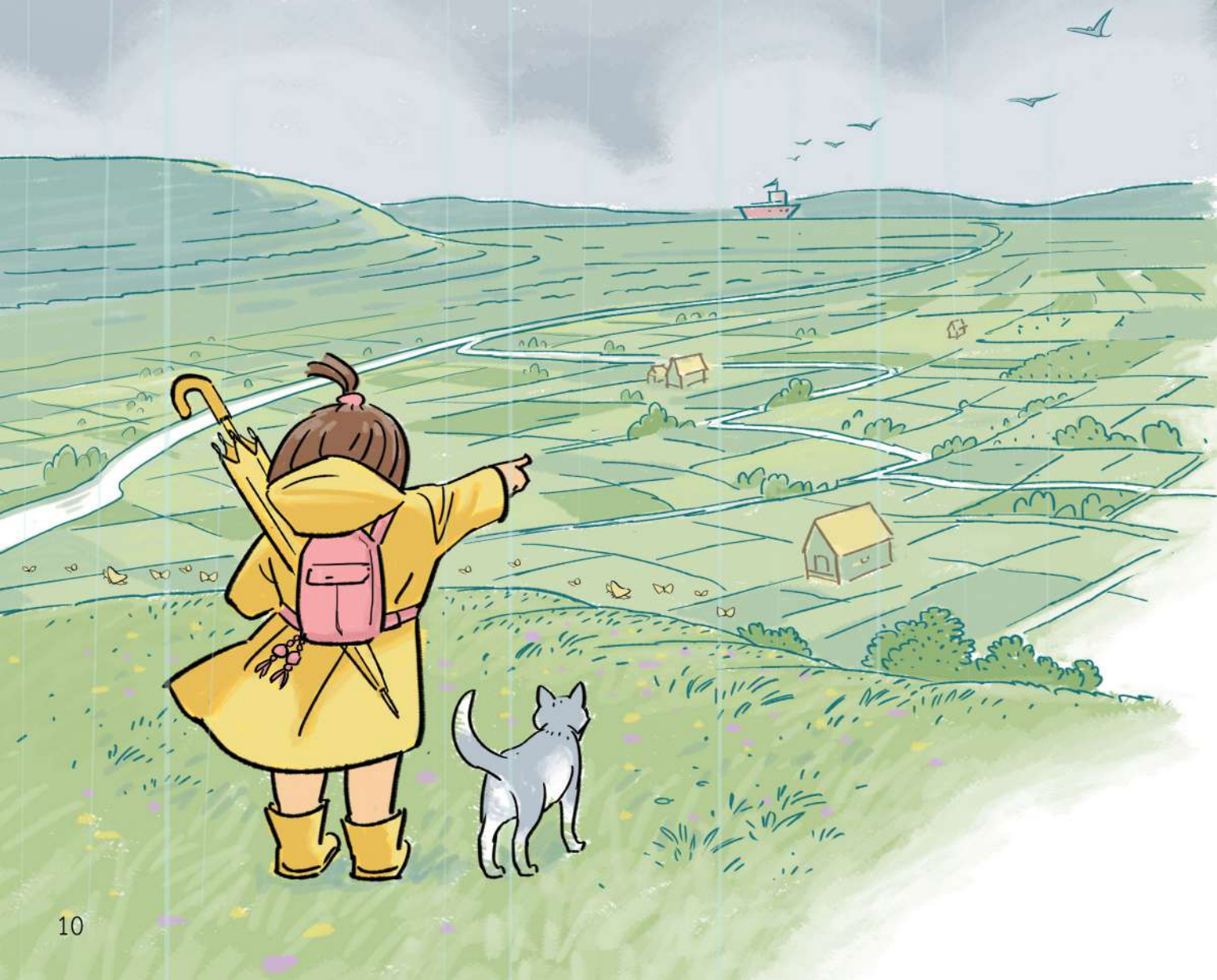


เตรียมร่างกายให้พร้อม
พร้อมรับความเหนื่อยล้าที่จะเกิดขึ้น
พร้อมแล้ว พร้อมแล้ว ตื่นเต้นจัง

ต้องไม่ลืมเสบียงสำหรับเดินทางไกล
เรื่องนี้ฉันชอบที่สุดเลย



อย่างนั้น เราจะเริ่มจากล่องเรือไปตามลำน้ำ
ที่ทอดยาวจรดขอบฟ้า





ฝาลมหนาวและป่าของเล่น



ปิ่นป่ายภูเขาน้อยใหญ่
ลูกแล้วลูกเล่า

เหนื่อยเมื่อไหร่ ก็หยุดพักสักหน่อย



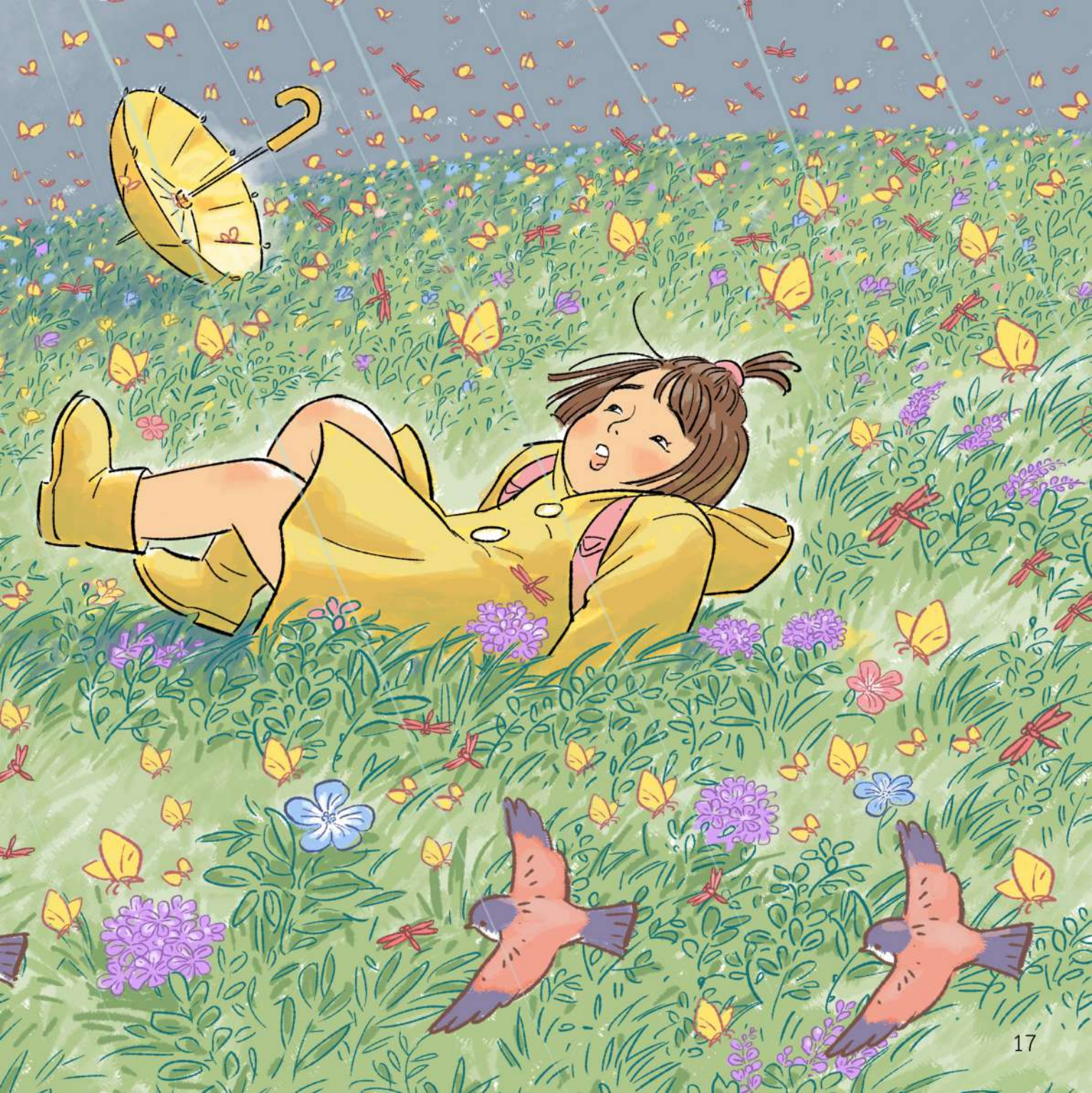
ปล่อยให้ลมเย็นๆ โบกพัดให้เรา





ฉันอยากเห็นทุ่งดอกไม้ ผีเสื้อ แมลงปอ
และนกสวยๆ ด้วยนะ
จะได้วิ่งเล่นไล่จับละสิ





เราอาจต้องผูกมิตร พุดคุยกับผู้แปลกหน้ารายทาง
ที่เราไม่ไว้ใจใจ ทำให้เราไม่สบายใจ





แต่...เราจะไปกันต่อนะ
จนกว่า...จะถึงตรงนั้น

จะได้แอบแสงอุ่นๆ จากดวงตะวันที่เราฝันถึง
จะไปกับฉัน ใช่ไหม





“อยู่ที่ไหนกัน
กับข้าวเสร็จแล้วจ้า
เดี๋ยวจะเลยเวลานิทานนะ”



ช่วงวัย 5-9 ปี เด็กเริ่มเรียนรู้การใช้ “อัตตา” (self) เริ่มมีความคิดเป็นของตัวเอง เริ่มตั้งคำถามกับสิ่งรอบตัว และต้องการทดสอบขอบเขตของความอิสระ นักจิตวิทยาพัฒนาการชี้ว่า เด็กต้องการมีพื้นที่ยืนในครอบครัว หากไม่มีการรับฟังอย่างเข้าใจ ความรู้สึกถูกมองข้าม เด็กอาจแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่ดูรุนแรง เช่น การขู่จะหนีออกจากบ้าน หรือแม้กระทั่งลงมือทำจริง ๆ

ฟังดูอาจน่าตกใจสำหรับพ่อแม่ แต่แท้จริงแล้ว นี่คือการหวั่นไหวเล็กๆ ที่กำลังส่งเสียงจากภาษาของหัวใจ เพราะเด็กยังไม่มีเครื่องมือจัดการอารมณ์ที่ดีพอ เด็กกำลังอยากบอกว่า “มีบางอย่างในใจที่พูดไม่ออก อธิบายไม่ได้” ไม่ใช่เพราะอยากจากไป แต่เพราะอยากรู้ว่า “ยังมีใครเห็นเขาไหม” จึงแสดงความรู้สึกออกมาในรูปแบบที่ผู้ใหญ่คาดไม่ถึง หากผู้ใหญ่ตอบสนองด้วยความโกรธ กราดเกรี้ยว หรือออกคำสั่ง อาจทำให้เด็กค่อย ๆ รู้สึกว่า บ้าน...ไม่ใช่พื้นที่ปลอดภัยสำหรับการเปิดใจ

นิทานเล่มนี้จึงเป็น “บทสนทนาทางใจ” ที่จะช่วยให้พ่อแม่เข้าใจสิ่งที่อยู่ใต้คำว่า “อยากหนี” เป็นประตูและหน้าต่างให้ผู้ใหญ่และเด็กได้กลับมา “เจอกันกลางใจ” เพื่อจะได้เรียนรู้ เติบโต และเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น ก่อนที่ความรู้สึกผูกพันและความไว้วางใจจะหายไปไกล เกินกว่าจะเรียกคืน

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานยุทธศาสตร์สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.



เล่นสร้างสุข

ช่วงวัย 5-9 ปี เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของการเติบโตด้านอารมณ์และสังคม Jean Piaget อธิบายว่า เด็กเริ่มคิดอย่างมีเหตุผล (Concrete Operational) ไม่ได้ต้องการ “หนีจากบ้าน” จริงๆ แต่ต้องการพื้นที่ที่ทำให้รู้สึก “ตัวตนของเขามีคุณค่า ได้รับการรับฟัง และได้รับอิสระในระดับที่เหมาะสม” กิจกรรมสร้างสรรค์เล่นนี้ ตอบโจทย์มิติที่ทำให้ใจของคนสองวัยใกล้ชิดขึ้น ทั้งการสานความรักความผูกพัน, การเพิ่มอิสรภาพและทางเลือก, การชี้ชวนให้เห็นคุณค่า-ความสำเร็จ ลองนำไปประยุกต์ใช้ดูนะคะ



ห้องลับของเรา

มุมพิเศษกับพ่อแม่

- ให้ลูกมี “พื้นที่พิเศษ” เช่น เต้นท์เล็ก มุมนั่งเล่น หรือกล่องความลับ
- ใช้เวลาร่วมกันอย่างมีคุณภาพในพื้นที่นั้น เช่น เล่นเกม วาดรูป เขียนจดหมายถึงกัน ให้เด็กรู้ว่า “หนูมีที่ของหนูในบ้าน และพ่อแม่อยากอยู่ใกล้กับหนู”



ศิลปะสะท้อนใจ

- ให้ลูกระบายความรู้สึกผ่านการวาดภาพหรือศิลปะประดิษฐ์ เช่น วันนี้รู้สึกอย่างไร ? บ้านในฝันเป็นยังไง ? หนูอยากไปที่ไหน ?
- จัดเวลาพูดคุยถึงภาพและศิลปะ เช่น “แม่เห็นหนูวาดตัวเองตัวเล็ก ๆ อยู่ริมบ้าน หนูอยากเล่าให้แม่ฟังไหม ?”



งานบ้านงานเรา

- ให้ลูกมีบทบาทในครอบครัว เช่น ช่วยวางแผนทำอาหาร จัดของ ทำตารางเวลา
- ใช้คำพูดเชิงยอมรับ เช่น “ขอบคุณผู้ช่วยแม่ หนูทำให้บ้านเราน่าอยู่จัง ”



ทิวร้นอกบ้าน

- พาลูกออกสำรวจโลก เช่น เดินเล่นในสวนสาธารณะ ปลูกต้นไม้ เล่นน้ำ ขวนคุยถึงบรรยากาศนั้น ๆ เช่น “ถ้าเราเป็นนก หนูอยากบินไปที่ไหน ? ทำไมถึงอยากไปตรงนั้น ?” เปิดโอกาสให้ลูกคิดฝัน และสื่อสารว่า “ไม่ว่าอยากไปไหน หนูมีที่กลับมาเสมอ คือบ้าน”



นิทานยาใจ

- เลือกนิทานที่ตัวละครมีอารมณ์คล้ายลูก เช่น รู้สึกไม่เป็นที่รัก ถูกเข้าใจผิด ฯลฯ อ่านจบแล้วชวนคุย เช่น “ลูกเคยรู้สึกแบบนี้ไหม?” “ทำอะไรให้คนอื่นรู้อารมณ์ของเรา” โดยพ่อแม่มีท่าทีพร้อมจะเข้าใจ



คุยสร้างสรรค์สร้างความมั่นคงให้ลูกเสมอ

- ใช้คำพูดที่สื่อถึงความมั่นคงภายใน เช่น “ไม่ว่าเกิดอะไรขึ้น พ่อแม่ก็อยู่ตรงนี้เสมอ” “หนูอาจโกรธได้ เสียใจได้ แต่บ้านยังเป็นที่ของหนูเสมอ”
- หลีกเลี่ยงการตอบโต้ทันทีเมื่อลูกพูดว่า “จะหนีออกจากบ้าน” ให้ถามด้วยใจเปิดว่า “หนูรู้สึกอย่างไร ทำไมจึงพูดแบบนั้น?” “แม่อยากฟังนะ เพราะหนูสำคัญสำหรับพ่อแม่มาก”



สร้างสรรค์เรื่อง : สุดใจ พรหมเกิด

มีบทบาทขับเคลื่อนให้หนังสือและกิจกรรมการอ่าน
เป็นรากฐานสำคัญของวัฒนธรรมการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิต

โดยเฉพาะกลุ่มเด็กปฐมวัยในพื้นที่เปราะบาง

ปัจจุบัน : ประธานมูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน
ผู้จัดการแผนงานยุทธศาสตร์สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส. (พ.ศ. 2553 - ปัจจุบัน)

รางวัลที่ได้รับ : รางวัล “ดาราวอร์ด”

ผู้กระทำประโยชน์เพื่อสังคมด้านสาธารณประโยชน์ (พ.ศ. 2568)

โล่เกียรตินิยม “สตรีดีเด่น ด้านสื่อเพื่อการปกป้องและพัฒนาเด็ก ประจำปี พ.ศ. 2567”

รางวัล “บุคคลส่งเสริมการเรียนรู้ยอดเยี่ยม” (TK Park Awards)

โดยอุทยานการเรียนรู้ TK Park เนื่องในวาระครบรอบ 20 ปี พ.ศ. 2568

บรรณาธิการหนังสือรางวัลดีเด่น และชมเชย

จากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กว่า 14 เล่ม

และบรรณาธิการหนังสือเด็กและวิชาการกว่า 200 เล่ม



สร้างสรรค์ภาพ : สละ นาคบำรุง

นักวาดภาพประกอบ, นักออกแบบ
นักสร้างภาพเคลื่อนไหว, นักเขียนและวาดการ์ตูนประวัติศาสตร์

การ์ตูนนิยายภาพ : ในหลวงของเรา
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เจ้าฟ้าหญิงในดวงใจ, ประวัติศาสตร์สุโขทัย
ประวัติศาสตร์อยุธยา, ประวัติศาสตร์รัตนโกสินทร์, อยุธยาเมืองมรดกโลก

พระมหาชนก ฉบับการ์ตูน, คุณทองแดง ฉบับการ์ตูน, ฯลฯ

ภาพประกอบหนังสือ : หนังสือแบบเรียนกระทรวงศึกษาธิการ

ภาพประกอบรายการทีวี : เวทีทอง, คุณพระช่วย ฯลฯ

ภาพเคลื่อนไหว : รายการพินิจนคร ThaiTBS, รายการเป็นไทย GMM

ช่อง Youtube : BlackfatTV, Salah Nakbumrung, TourdangLIVE

รางวัลหนังสือดีเด่นที่ได้รับ : หนังสือในหลวงของเรา

หนังสือสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เจ้าฟ้าหญิงในดวงใจ

หนังสือประวัติศาสตร์สุโขทัย, หนังสือประวัติศาสตร์อยุธยา

ปัจจุบัน : นักเขียนการ์ตูนอิสระ / กรรมการเขavnบูคเวิลด์ (ประเภทการ์ตูน)



จะไปกับฉันไหม

เรื่อง : สุดใจ พรหมเกิด

ภาพ : สละ นาคบำรุง

บรรณาธิการ : ชัยฤทธิ์ ศรีโรจน์ฤทธิ์, รัตนา โพธิ์รัชต์

ผู้ช่วยบรรณาธิการ : สิริวิทย์ เรืองสุรัตน์

ผลงานจากคอร์สสร้างสรรค์หนังสือภาพสำหรับเด็ก โดย อาจารย์อนุสรณ์ ดีไหว่ และอาจารย์ชัยฤทธิ์ ศรีโรจน์ฤทธิ์

คณะทำงานขับเคลื่อนสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน : หทัยรัตน์ พันดาวงษ์, ชัยวัฒน์ คงคาลิหมิน,

สิราภรณ์ ขาวหน้าไม้, นิตยา หอมหวาน, อัสรี ปาเกร์, ธัญนรี ทองชุม, นิศารัตน์ อำนาจอนันต์,

จันทิมา อินจร, ปวรุตม์ สุวรรณวุฒิชัย

รูปเล่ม : สุรินทร์ นาคบำรุง

พิมพ์ครั้งที่ 1 : ตุลาคม 2568 จำนวน 1,000 เล่ม

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

Copyright© 2568 มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

พิมพ์ที่ : บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุป จำกัด

โทรศัพท์ : 0 2136 7042

ISBN : 978-616-8279-54-0



แผนงานยุทธศาสตร์สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.

บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจากสำนักสร้างเสริมระบบสื่อ

และสุขภาวะทางปัญญา (สำนัก 11) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ดำเนินงาน

ประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม และภาคเอกชน

ให้เอื้อต่อการสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็กและครอบครัว เพื่อร่วมสร้างสังคมสุขภาวะ

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านสู่สังคมสุขภาวะ ได้ที่

มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

476 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 67 แยก 3 ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทร : 0 2424 4616 โทรสาร : 0 2881 1877

อีเมล : happy2reading@gmail.com

Website : www.happyreading.in.th

www.facebook.com/HappyReadingNews (อ่านยากกำลังสุข)



อ่านหนังสือให้ลูกฟัง
สร้างศักยภาพแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ

สามารถดาวน์โหลด
หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย ได้ที่
www.happyreading.in.th

